

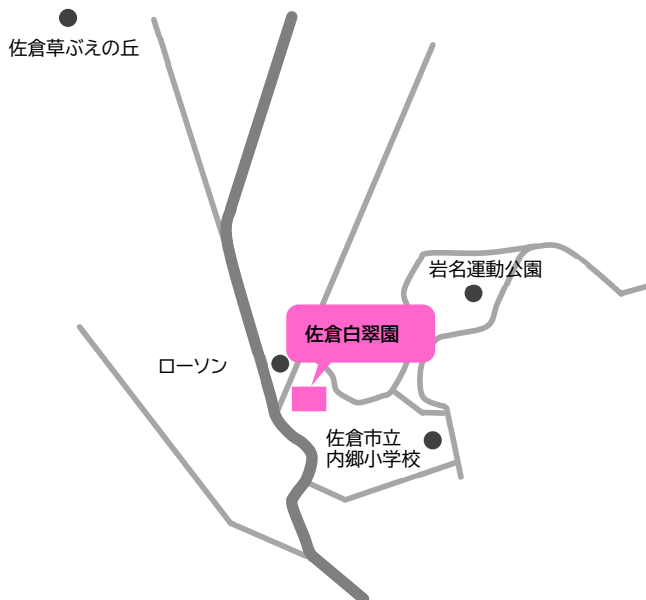
### 113. 頭すっきり若返り教室終了者の集い(すっきりさくら会)

佐倉

認知症予防

活動日	第1・3水曜日	
活動時間	10:00~12:00	
活動場所	施設名	白翠園
	住所	佐倉市岩名1011
	駐車場	有
主な活動内容	「脳活」のための学習、ふるさと体操、ふまねつと、レクリエーション、歌 他	
対象者	65才以上、自力で来られる方。	
参加費	なし	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他		

●周辺地図



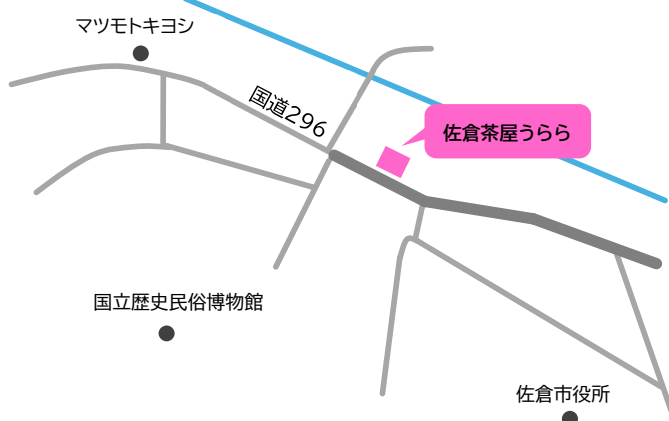
### 114. いきいきサロン(田町うらら)

佐倉

茶話会

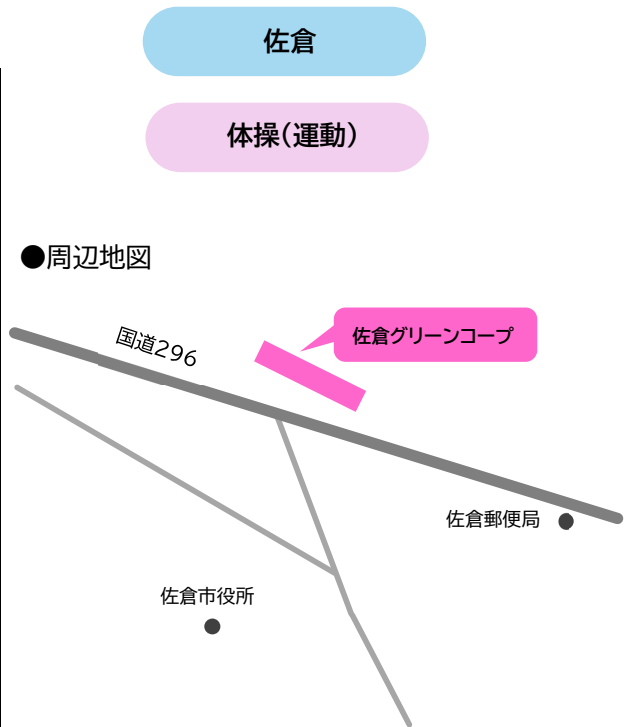
活動日	第3木曜日 ※8月は休止	
活動時間	10:00~12:00	
活動場所	施設名	佐倉茶屋うらら
	住所	佐倉市田町76-1
	駐車場	無
主な活動内容	歌唱、軽い体操、演芸など	
対象者	佐倉城の辺地区内にお住まいの方	
参加費	茶菓子代100円	
お問い合わせ先	名称	佐倉城の辺地区社会福祉協議会
	電話番号	043-484-6033
	時間帯	火・金 10:00~15:00
その他		

●周辺地図



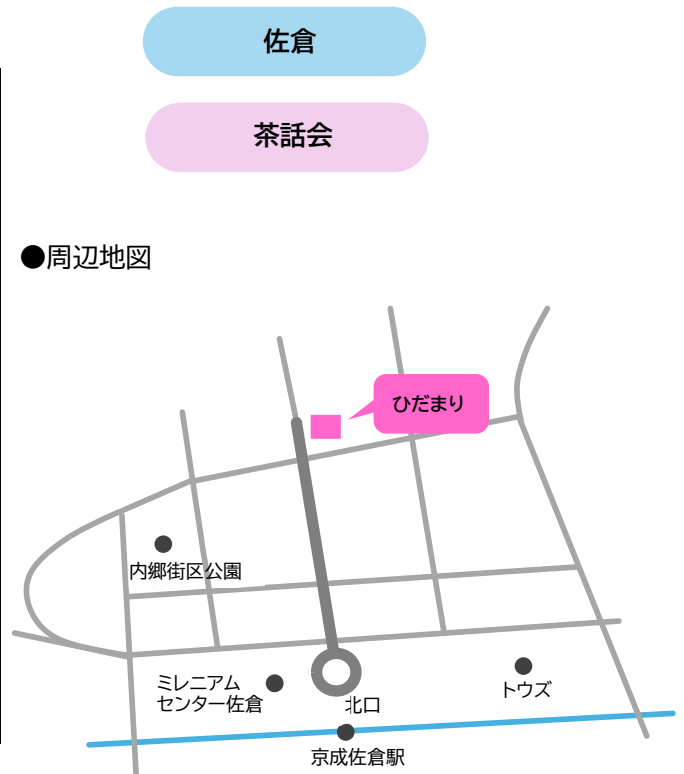
## 115. イスに座ってストレッチ

活動日	火曜日	
活動時間	13:30~15:00	
活動場所	施設名	佐倉グリーンコープ集会室
	住所	佐倉市山崎 180-1
	駐車場	無
主な活動内容	イスに座ってできる軽いストレッチを 30 分程行います。身体を動かしながらの「脳トレ」「手遊び」。その後、おしゃべり・ゲームを行います。	
対象者	佐倉グリーンコープ自治会の方。	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他	定員 15 名程度。	



## 116. 歌声喫茶 さくら

活動日	第 2 土曜日	
活動時間	14:00~16:00	
活動場所	施設名	ひだまり
	住所	佐倉市宮前 3-24-2
	駐車場	有(2台)
主な活動内容	ギターとキーボードの伴奏でリクエストで歌う。お茶を飲みながら楽しいひと時を。	
対象者	どなたでも	
参加費	300 円(お茶菓子付き)	
お問い合わせ先	名称	ひだまり
	電話番号	043-485-1305
	時間帯	
その他	絵手紙、習字なども実施。詳細は要問合せ。	



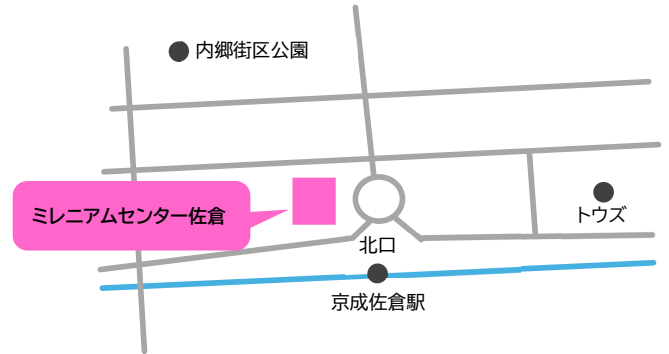
## 117. 歌声サロン『ウグイス』

活動日	第1・3火曜日	
活動時間	13:30～	
活動場所	施設名	ミレニアムセンター佐倉 2階ホール
	住所	佐倉市宮前3-4-1
	駐車場	有
主な活動内容	アコーディオンの伴奏で参加者全員で童謡・唱歌・叙情歌・昭和歌謡などを大合唱。	
対象者		
参加費	500円	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他	初回、歌集(800円)を購入	

佐倉

趣味活動

●周辺地図



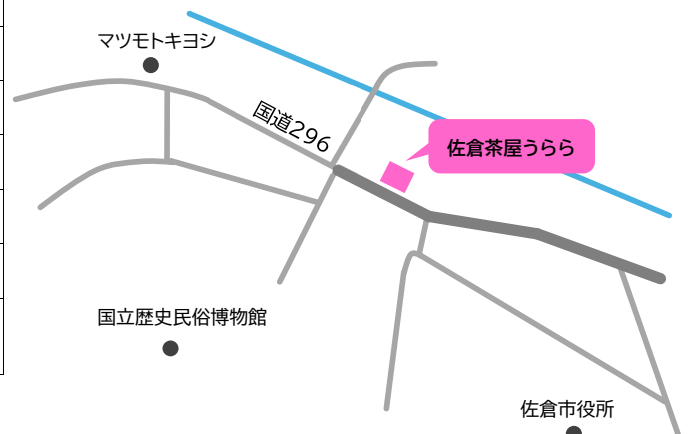
## 118. うらら健康麻雀倶楽部

活動日	月・金曜日	
活動時間	8:45～15:00	
活動場所	施設名	佐倉茶屋うらら
	住所	佐倉市田町76-1
	駐車場	無
主な活動内容	健康麻雀	
対象者	どなたでも	
参加費	500円	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他	毎月の日程はコミュニティセンター、地域包括支援センター等に掲示。	

佐倉

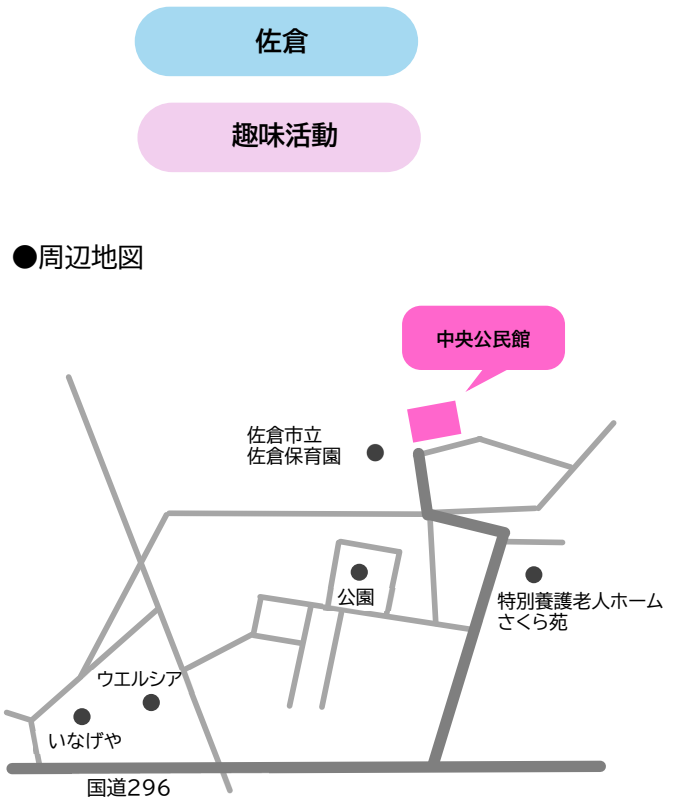
趣味活動

●周辺地図



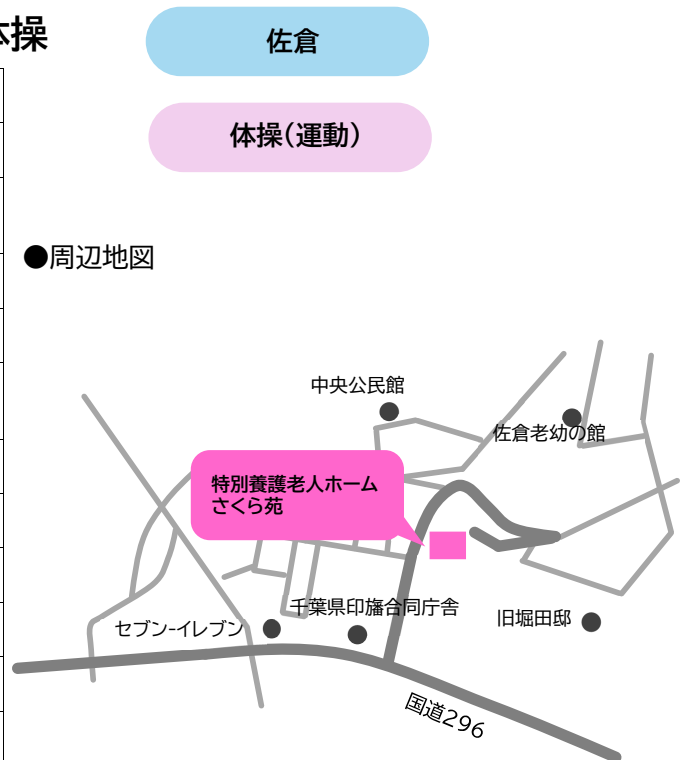
## 119. 絵筆の会

活動日	第1・3火曜日	
活動時間	10:00~12:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鍋木町198-3
	駐車場	有
主な活動内容	生徒の希望や技量に応じ、絵手紙、水彩、油絵、アクリル画、日本画などを描く	
対象者	絵を描くのが好きな人	
参加費	入会金:2,000円 会費:2,500円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他	会場:3階 アトリエ	



## 120. オープンサロンやまびこ 介護予防体操

活動日	第2・4金曜日	
活動時間	10:00~11:30	
活動場所	施設名	特別養護老人ホームさくら苑 地域交流研修所やまびこ
	住所	佐倉市鍋木町346
	駐車場	有
主な活動内容	歌、健康体操、ふまねっと	
対象者	自分で来られる方であればどなたでも	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	さくら苑
	電話番号	043-486-5050
	時間帯	
その他		



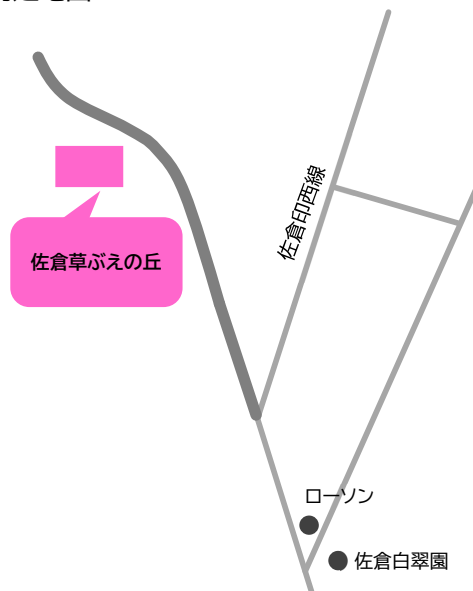
## 121. 介護予防教室 ウグイス(佐倉草ぶえの丘)

活動日	水・土曜日	
活動時間	9:45～15:30	
活動場所	施設名	佐倉草ぶえの丘 研修室
	住所	佐倉市飯野 820
	駐車場	有
主な活動内容	介護予防麻雀	
対象者	どなたでも	
参加費	500円※別途「佐倉草ぶえの丘」入園料 410円	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他	定期的に参加の方は、入園の年間パスポートをおすすめします。	

佐倉

趣味活動

●周辺地図



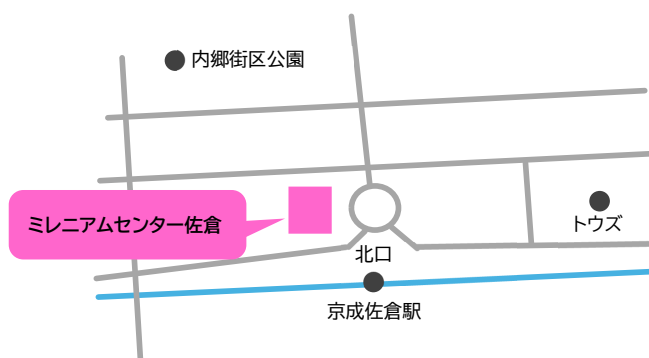
## 122. かぐや姫～憩いのカフェ～

活動日	月2回 水曜日	
活動時間	12:00～15:00 (12:00～13:30 ランチ、13:30～15:00 イベント)	
活動場所	施設名	ミレニアムセンター佐倉
	住所	佐倉市宮前 3-4-1
	駐車場	有
主な活動内容	子どもから高齢者まで、地域の皆さまが元気に楽しく過ごせる集いの場です。スタッフの家庭菜園で採れた野菜を使用した健康なお食事の提供、お土産があります。	
対象者	どなたでも	
参加費	1,000円(ランチのみは 500円)	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		

佐倉

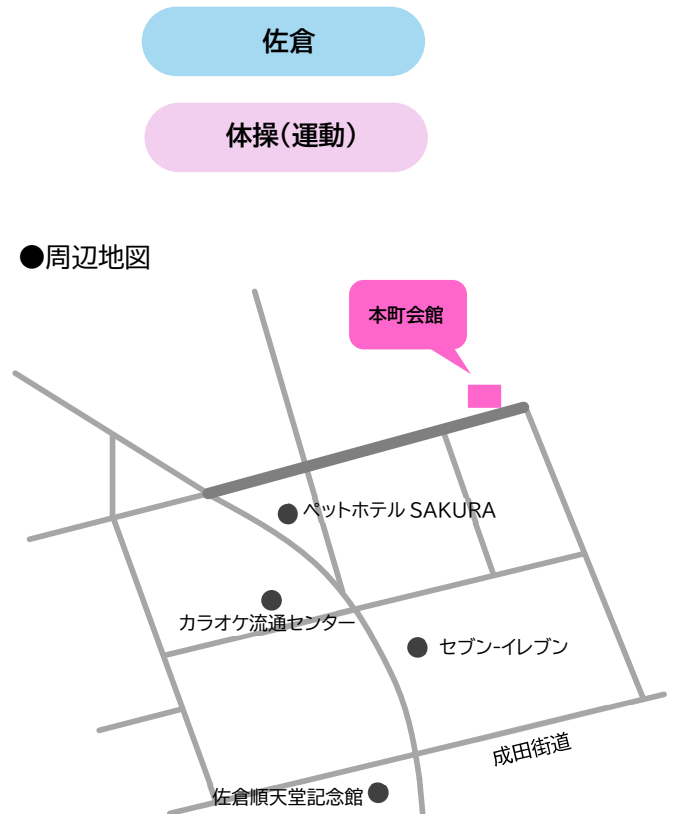
会食

●周辺地図



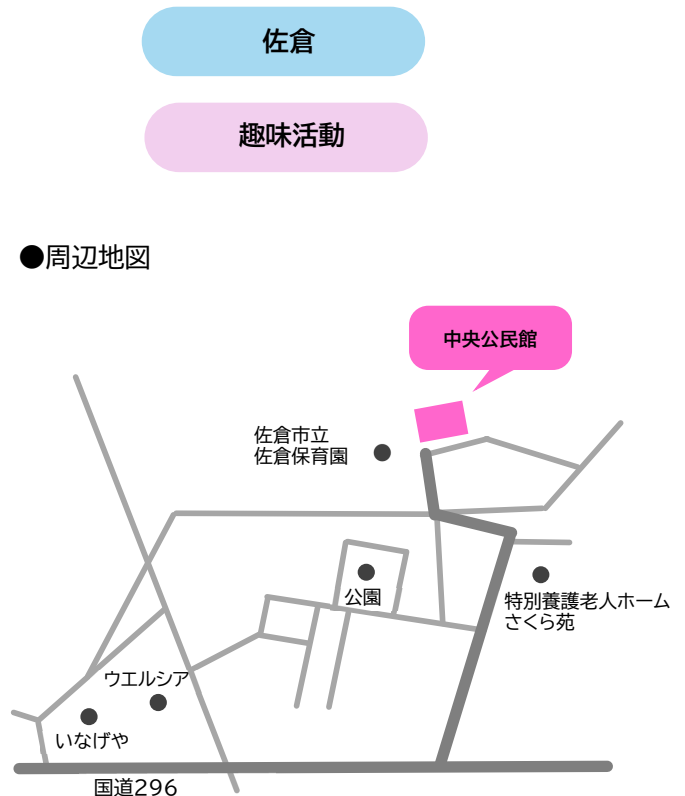
## 123. けやきクラブ

活動日	土曜日	
活動時間	10:00～11:00	
活動場所	施設名	本町会館
	住所	佐倉市本町 580
	駐車場	有
主な活動内容	緩やかな筋トレ・ストレッチ・佐倉ふるさと体操・ なのはな体操・ふまねっと	
対象者	本町在住者限定	
参加費	600円/年	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		



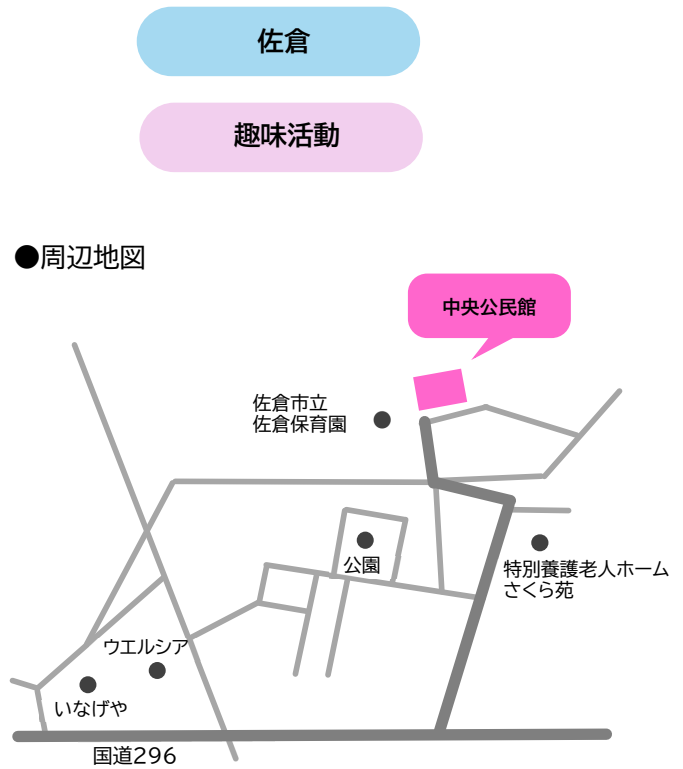
## 124. コーラス ポコ ア ポコ

活動日	第2・4水曜日 (5月連休明けから7月上旬は毎週水曜日)	
活動時間	10:00～12:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鍋木町 198-3
	駐車場	有
主な活動内容	女性コーラス、ポップスからクラシックまで皆で 選曲した曲を練習する。主な発表の場は佐倉合唱のつどい(7月頃・佐倉ハーモニーホール)	
対象者	歌が好きでコーラスに興味がある女性	
参加費	5,000円程度/年 ※その他参照	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30～17:15
その他	参加費は練習用会場費、佐倉合唱連盟への会費等	



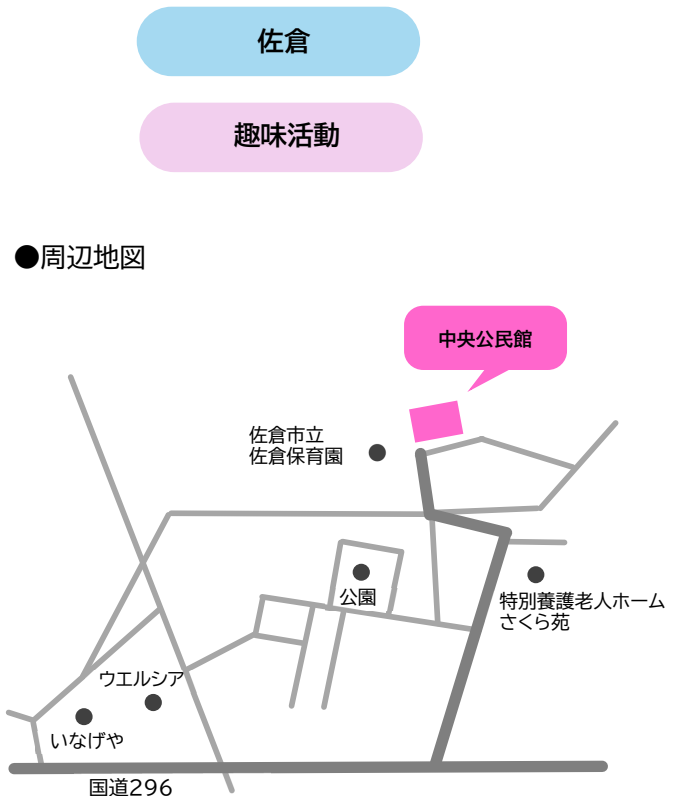
## 125. 佐倉ギターアンサンブル

活動日	第1・3日曜日	
活動時間	13:00~16:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鎗木町198-3
	駐車場	有
主な活動内容	クラシックギターの合奏を楽しむ	
対象者	クラシックギターの合奏を楽しみたい方	
参加費	1,000円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		



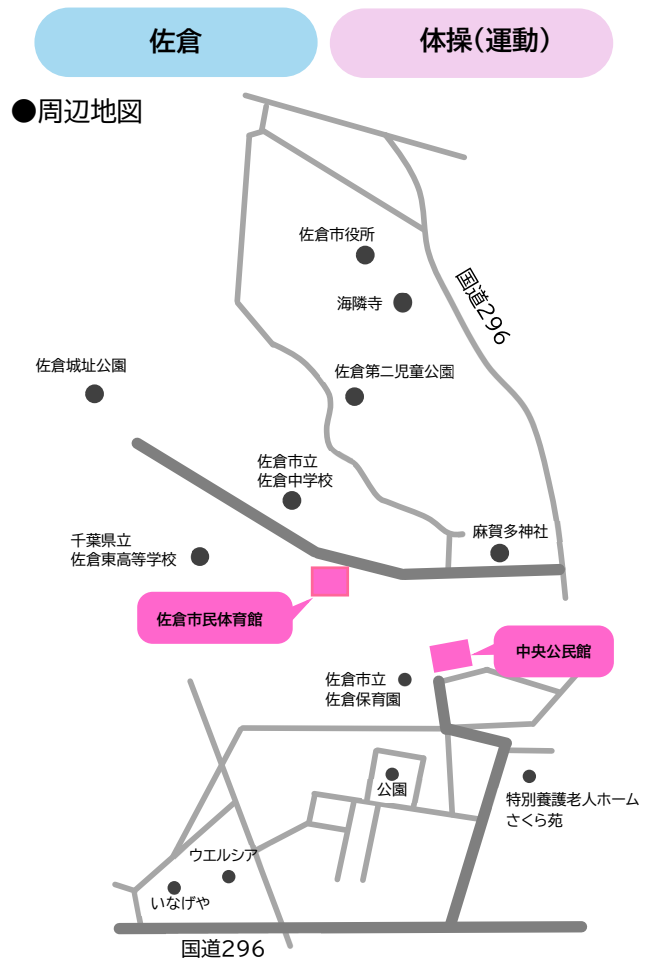
## 126. 佐倉市民カレッジコーラス

活動日	第2・4土曜日	
活動時間	13:00~16:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鎗木町198-3
	駐車場	有
主な活動内容	混声合唱団です。 佐倉市合唱連盟会員としての「合唱のつどい」、 「合唱フェスティバル」での演奏、佐倉市民カレッジの諸行事での演奏などを行っています。	
対象者	年齢・性別問わずどなたでも	
参加費	入会費:1,000円 1,000/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		



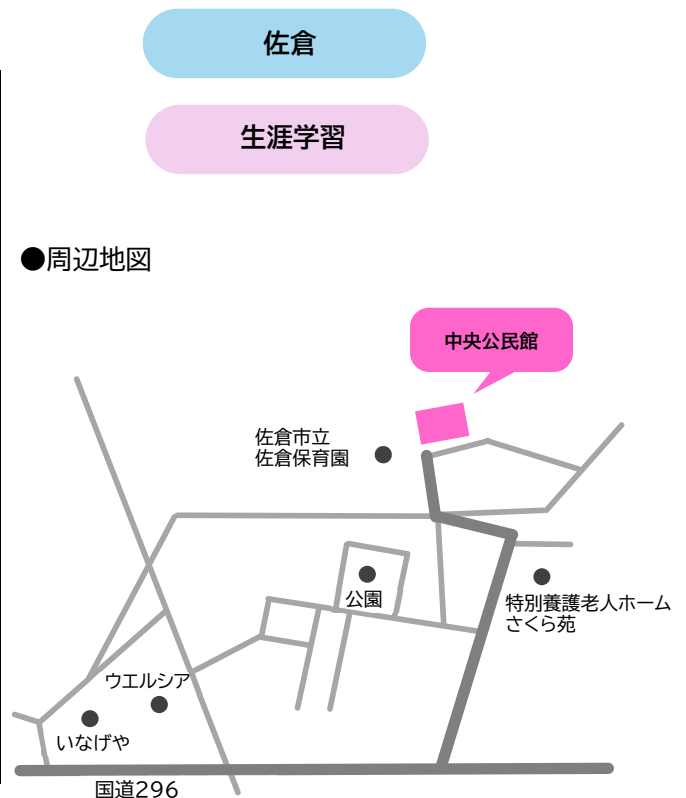
## 127. 佐倉太極拳同好会

活動日	第1・3・4 火曜日	
活動時間	①9:00~11:00 ②10:00~12:00	
活動場所	施設名	①市民体育館、②中央公民館
	住所	①佐倉市宮小路町3 ②佐倉市鎬木町198-3
	駐車場	有
主な活動内容	太極拳の練習、表演 科目:入門・初級/簡化24式/32式剣/32式扇子/陳式	
対象者	自力で通える方	
参加費	2,500円/月 入会金:1,000円	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		



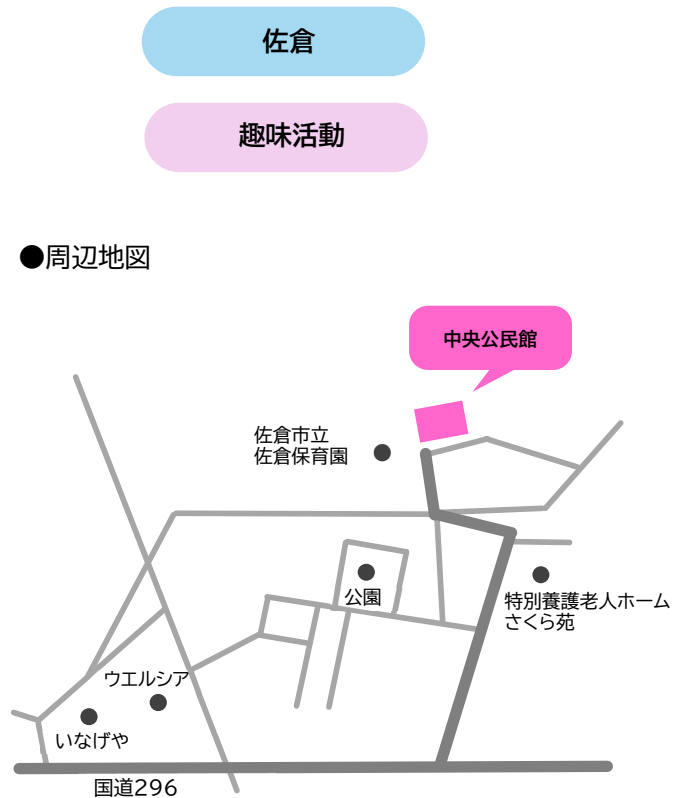
## 128. 佐倉話し方友の会

活動日	第2・4 火曜日	
活動時間	10:00~12:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鎬木町198-3
	駐車場	有
主な活動内容	コミュニケーションをとる事は生活の基本と考えお互いにより良い人間関係をつくる為の会話(話し方)の勉強会です。	
対象者	どなたでも	
参加費	2,000円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		



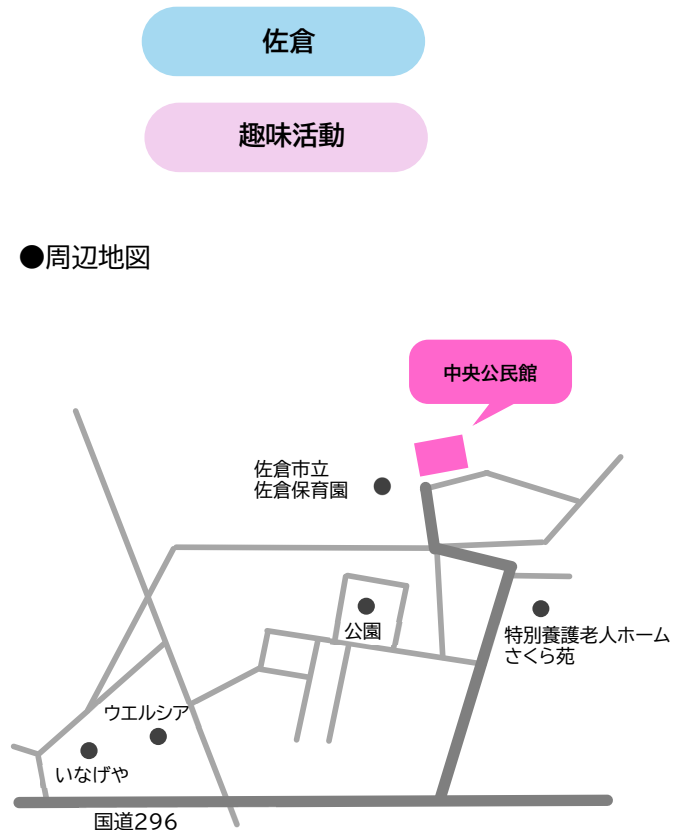
## 129. 佐倉ギターアンサンブル

活動日	第1・3日曜日	
活動時間	13:00~16:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鎗木町 198-3
	駐車場	有
主な活動内容	クラシックギターの合奏を楽しむ	
対象者	クラシックギターの合奏を楽しみたい方	
参加費	1,000円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		



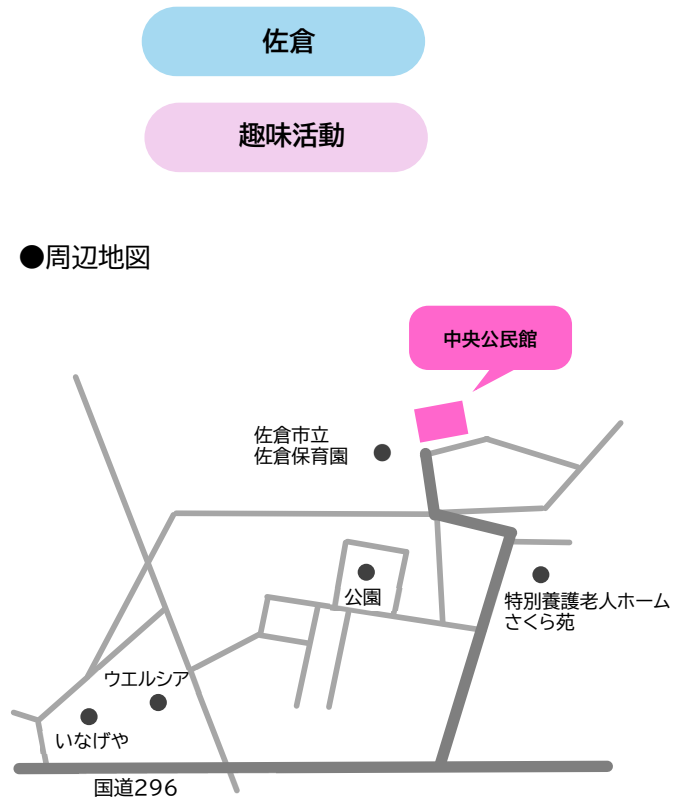
## 130. 佐倉ビデオサークル

活動日	第2・4水曜日	
活動時間	13:00~15:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鎗木町 198-3
	駐車場	有
主な活動内容	ビデオ・スマホ・カメラによる映像・写真の取り込みと映像化、AIを使った音声編集。	
対象者	初心者から興味のある方(PC必要)	
参加費	入会金:1,000円 500円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		



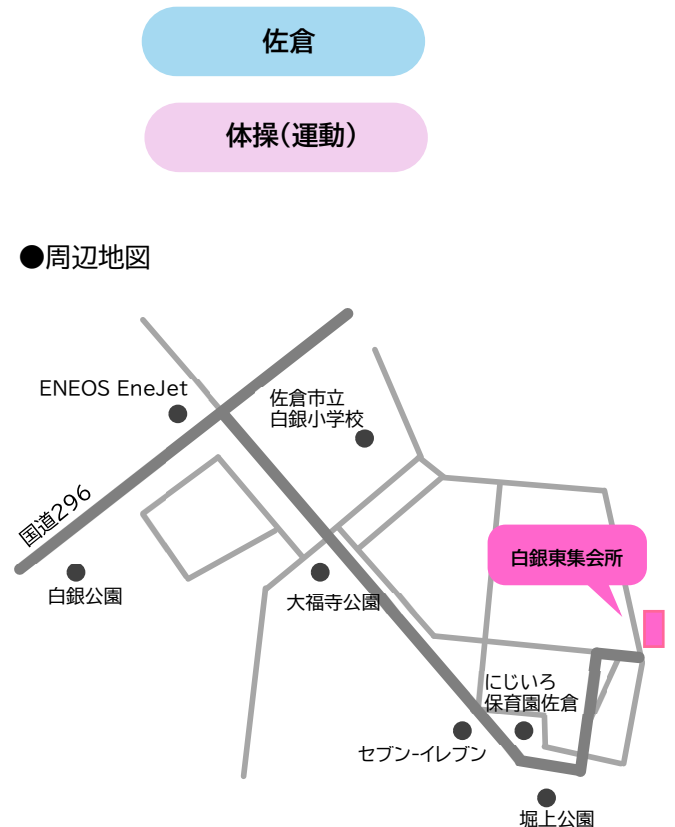
## 131. さくらんぼ

活動日	第3水曜日	
活動時間	9:00~12:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鍋木町 198-3
	駐車場	有
主な活動内容	調理。先生の指導をいただき、普段使いの調理を行う。	
対象者	女性	
参加費	1,500円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		



## 132. 白銀わくわく体操クラブ

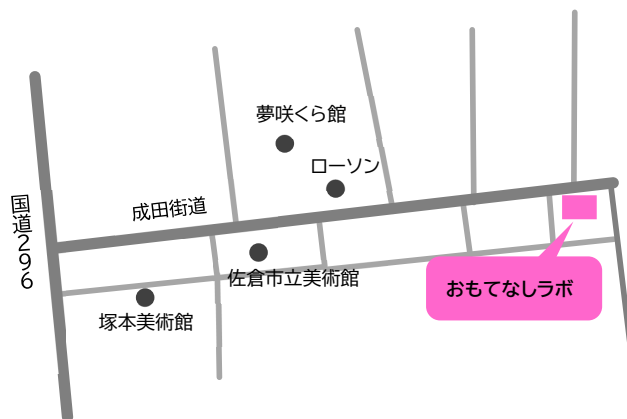
活動日	月曜日	
活動時間	9:30~11:30	
活動場所	施設名	白銀ニュータウン東集会所
	住所	佐倉市白銀 1-25-10
	駐車場	有
主な活動内容	佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操、佐倉歯ツピー体操	
対象者	地域住民および近隣の方	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他		



### 133. 新町通りわくわく体操会

活動日	火曜日	
活動時間	9:30~11:30	
活動場所	施設名	おもてなしラボ
	住所	佐倉市新町 168
	駐車場	無
主な活動内容	佐倉歯ッピー体操、佐倉ふるさと体操、佐倉わくわく体操。地域の方々との会話を通して、認知症予防や生活意欲の向上を図る。	
対象者	新町通り周辺にお住いの自分で通える方	
参加費	初回のみ 300 円	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他		

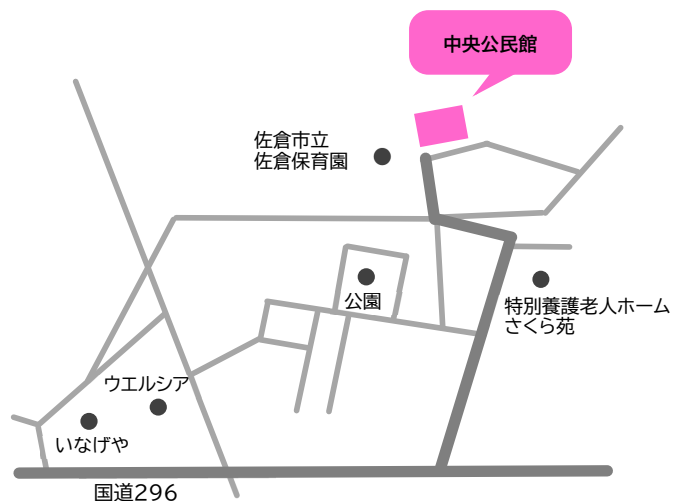
●周辺地図



### 134. スペイン語同好会

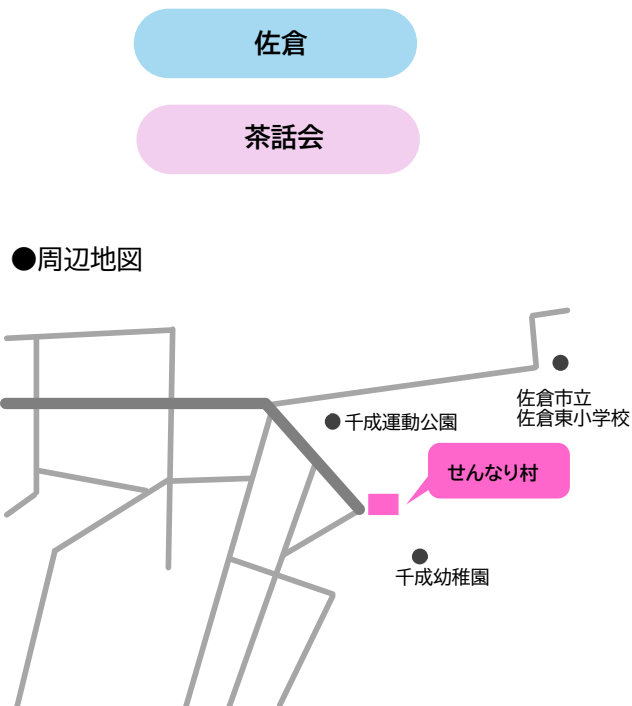
活動日	第1・3月曜日	
活動時間	13:30~15:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鎗木町 198-3
	駐車場	有
主な活動内容	スペイン語の学習(会話、作文、読書)	
対象者	中級者	
参加費	2,500 円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		

●周辺地図



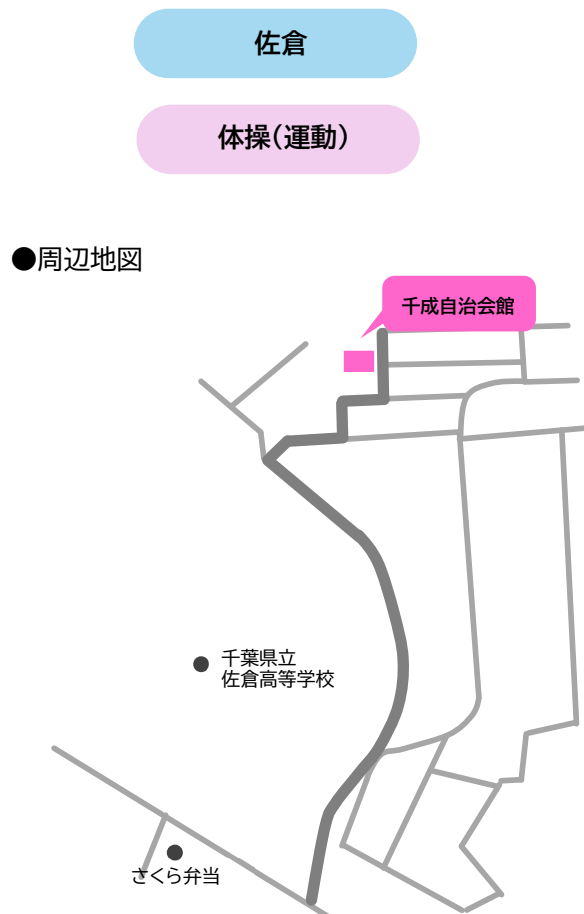
## 135. 千成ふれあいサロン

活動日	第1・3・5水曜日	
活動時間	10:00～12:00	
活動場所	施設名	せんなり村
	住所	佐倉市千成 3-4-3
	駐車場	無
主な活動内容	ギター演奏、津軽三味線演奏、佐倉ふるさと体操、時期に応じたためになる話や脳トレ	
対象者	千成地区および近隣の住民	
参加費	100円/回(中学生以上)	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		



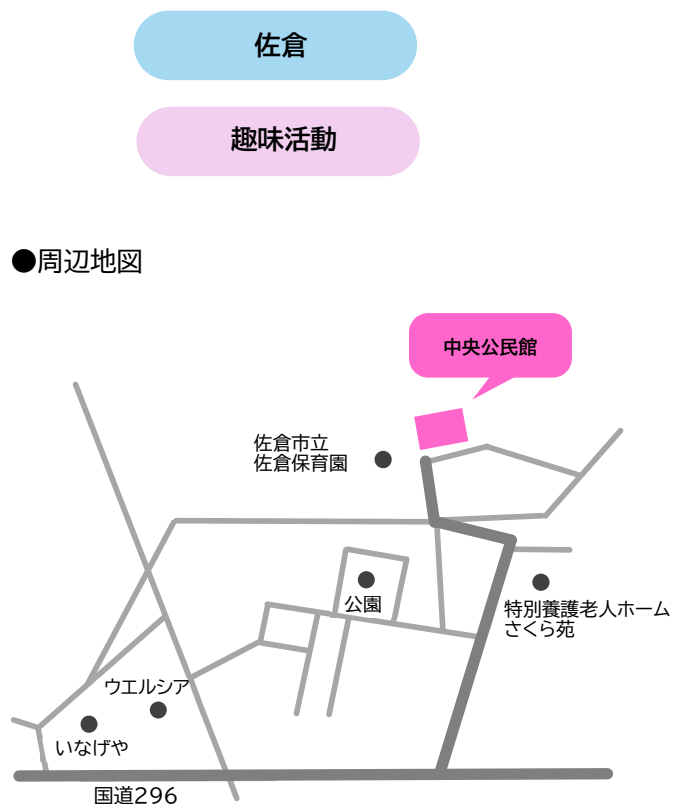
## 136. 千成ふれあい体操

活動日	第2・4水曜日	
活動時間	10:00～12:00	
活動場所	施設名	千成自治会館
	住所	佐倉市千成 1-22-2
	駐車場	無
主な活動内容	佐倉ふるさと体操、手話ダンス、クイズ、踊りなど豊かな内容	
対象者	千成地区および近隣の住民	
参加費	200円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		



## 137. 千龍会

活動日	第1・2・3・4木曜日	
活動時間	10:00～12:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鍋木町198-3
	駐車場	有
主な活動内容	「詩吟の朗詠」詩吟の研修(漢詩・和歌・俳句・近代詩)昇段審査実施 佐倉市文化祭参加、各種吟道大会参加	
対象者	どなたでも	
参加費	2,500円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30～17:15
その他		



## 138. だれでもいっしょにラジオ体操の会

活動日	平日 (土日、祝日、雨天は休み)	
活動時間	8:00～	
活動場所	施設名	宮前中央公園
	住所	佐倉市岩名250
	駐車場	無
主な活動内容	ラジオ体操	
対象者	どなたでも	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		



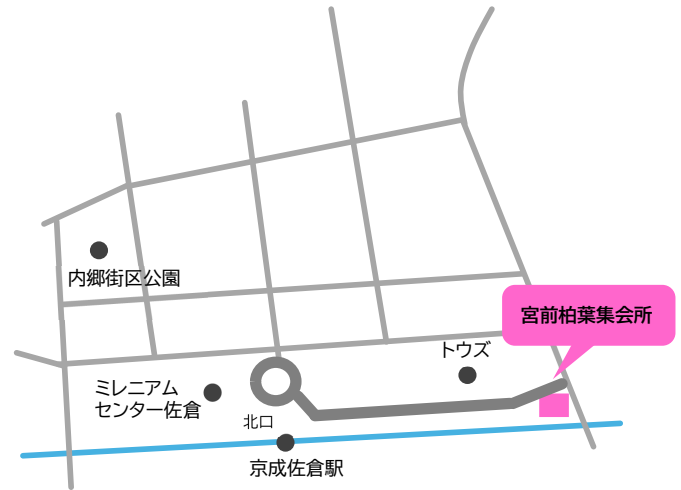
## 139. 土曜の会

活動日	土曜日(原則月3回)	
活動時間	10:00~11:30	
活動場所	施設名	宮前柏葉集会所
	住所	佐倉市宮前3-6-7
	駐車場	有(2台)
主な活動内容	佐倉わくわく体操、なのはな体操、ふまねっと運動など	
対象者	近隣住民の方	
参加費	200円/回	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他		

佐倉

体操(運動)

●周辺地図



## 140. 認知症予防のための運動教室(飯田柏葉)

活動日	原則金曜日 ※祝日、8月はお休み	
活動時間	14:30~15:30	
活動場所	施設名	宮前柏葉集会所
	住所	佐倉市宮前3-6-7
	駐車場	有(2台)
主な活動内容	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	
対象者	どなたでも	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	内郷地区社会福祉協議会
	電話番号	043-486-5690
	時間帯	火・木 10:00~15:00
その他		

佐倉

体操(運動)

●周辺地図



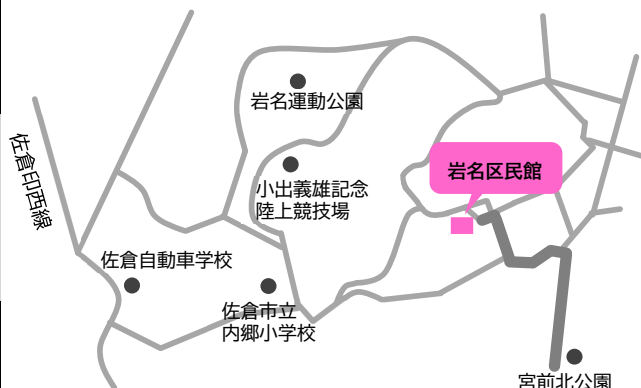
## 141. 認知症予防のための運動教室(岩名・高座木)

佐倉

体操(運動)

活動日	原則木曜日 ※祝日、8月はお休み	
活動時間	13:00~14:00	
活動場所	施設名	岩名区民館(玉泉寺内)
	住所	佐倉市岩名 642
	駐車場	有
主な活動内容	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	
対象者	岩名及び近隣の方	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	内郷地区社会福祉協議会
	電話番号	043-486-5690
	時間帯	火・木 10:00~15:00
その他		

●周辺地図



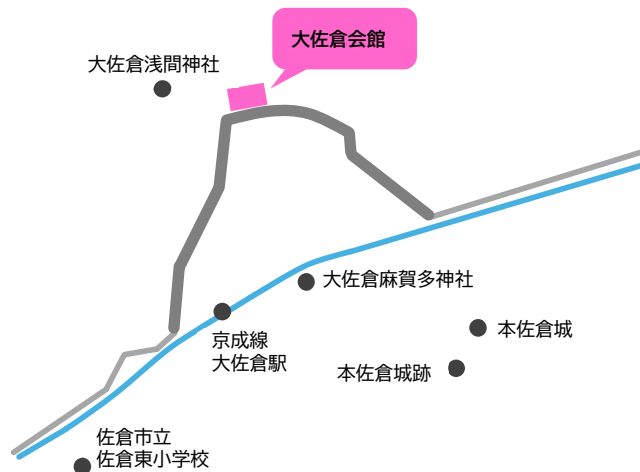
## 142. 認知症予防のための運動教室(大佐倉)

佐倉

体操(運動)

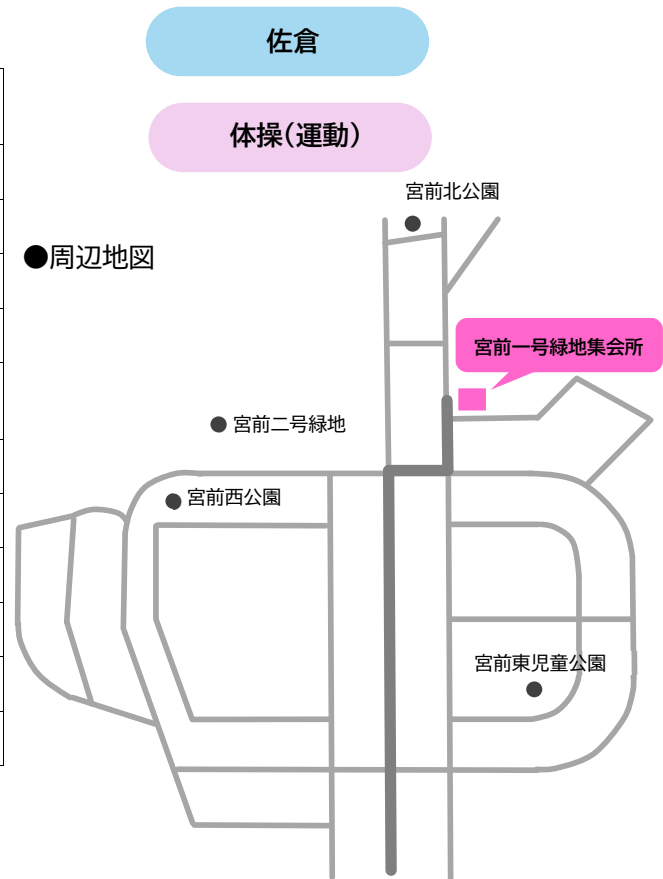
活動日	原則月曜日 ※祝日、8月はお休み	
活動時間	13:15~14:15	
活動場所	施設名	大佐倉協同館(大佐倉会館)
	住所	佐倉市大佐倉 1246-2
	駐車場	有
主な活動内容	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	
対象者	大佐倉地区及び近隣の方	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	内郷地区社会福祉協議会
	電話番号	043-486-5690
	時間帯	火・木 10:00~15:00
その他		

●周辺地図



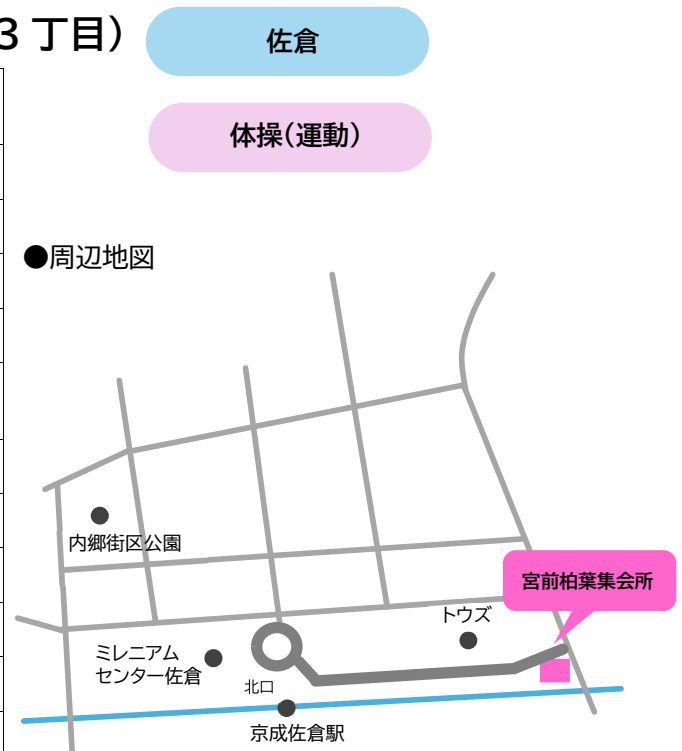
### 143. 認知症予防のための運動教室(宮前)

活動日	原則月曜日 ※祝日、8月はお休み	
活動時間	14:30~15:30	
活動場所	施設名	宮前一号緑地集会所
	住所	佐倉市宮前 2-13
	駐車場	有(2台)
主な活動内容	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	
対象者	宮前ローズタウン及び近隣の方	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	内郷地区社会福祉協議会
	電話番号	043-486-5690
	時間帯	火・木 10:00~15:00
その他		



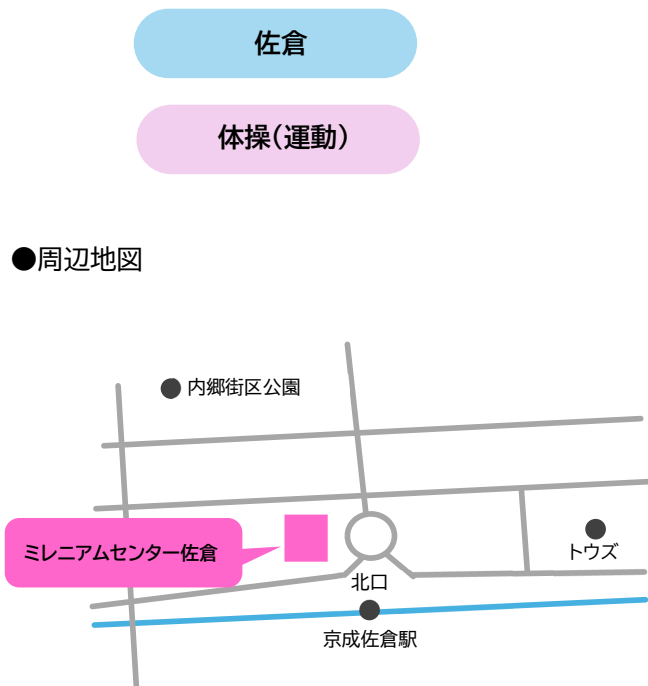
### 144. 認知症予防のための運動教室(宮前3丁目)

活動日	原則金曜日 ※祝日、8月はお休み	
活動時間	13:30~14:30	
活動場所	施設名	宮前柏葉集会所
	住所	佐倉市宮前 3-6-7
	駐車場	有
主な活動内容	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	
対象者	どなたでも	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	内郷地区社会福祉協議会
	電話番号	043-486-5690
	時間帯	火・木 10:00~15:00
その他		



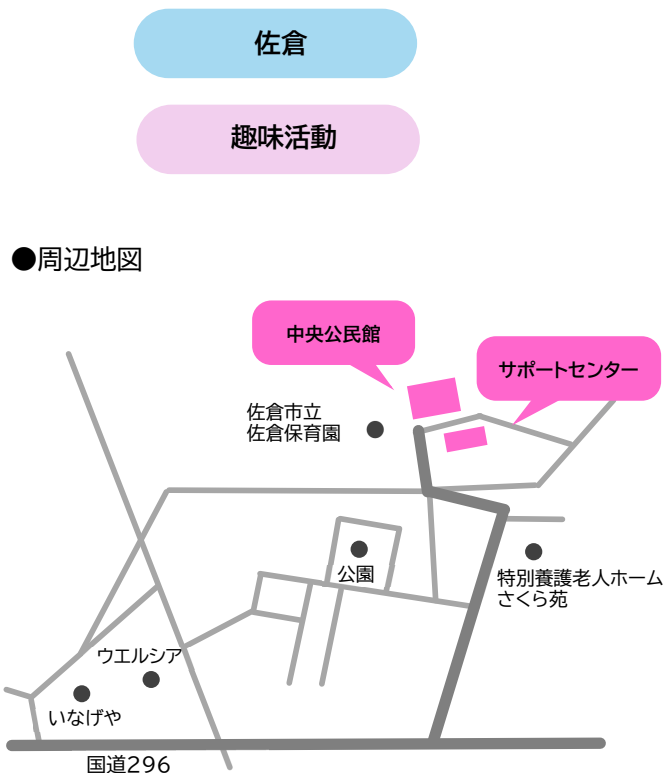
## 145. 認知症予防のための運動教室(山崎)

活動日	原則木曜日 ※祝日、8月はお休み	
活動時間	14:30~15:30	
活動場所	施設名	ミレニアムセンター佐倉 2階(防災集会室)
	住所	佐倉市宮前 3-4-1
	駐車場	有
主な活動内容	簡単な筋トレ・ストレッチ・歌に合わせて体操・コグニサイズによる脳トレ	
対象者	山崎・下根地区及び近隣の方	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	内郷地区社会福祉協議会
	電話番号	043-486-5690
	時間帯	火・木 10:00~15:00
その他		



## 146. ハーモニーの会

活動日	第2・4火曜日	
活動時間	13:30~15:30	
活動場所	施設名	中央公民館およびサポートセンター
	住所	佐倉市鎗木町 198-3
	駐車場	有
主な活動内容	主にハーモニカの練習。(基礎や童謡、なつかしのメロディ等々)年に1度のサポセン主催の活動発表会に出たり、施設への訪問もしている。	
対象者	大人。ハーモニカを通して居場所作りをしたい方。	
参加費	5,000円/年	
お問い合わせ先	名称	佐倉市中央公民館
	電話番号	043-485-1801
	時間帯	
その他		





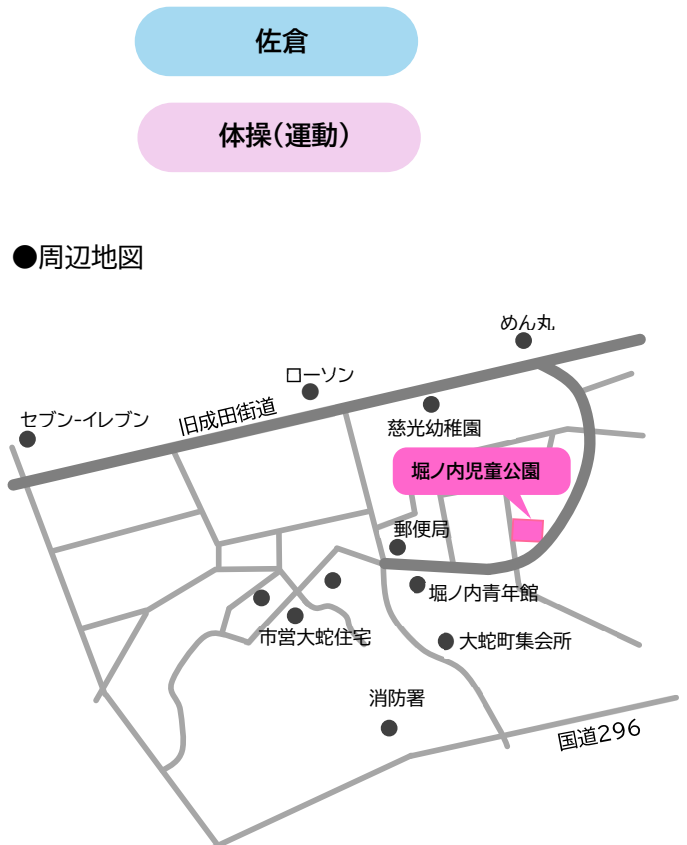
## 149. 堀ノ内介護予防健康教室

活動日	第2・4月曜日 ※祝日の場合は翌週	
活動時間	10:00～11:30	
活動場所	施設名	堀内青年館
	住所	佐倉市大蛇町 387-4
	駐車場	有(3～4台)
主な活動内容	佐倉わくわく体操、ポッチャ、ふまねっと、脳トレなど	
対象者	堀ノ内団地自治会員の方	
参加費	1,000円/年	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		



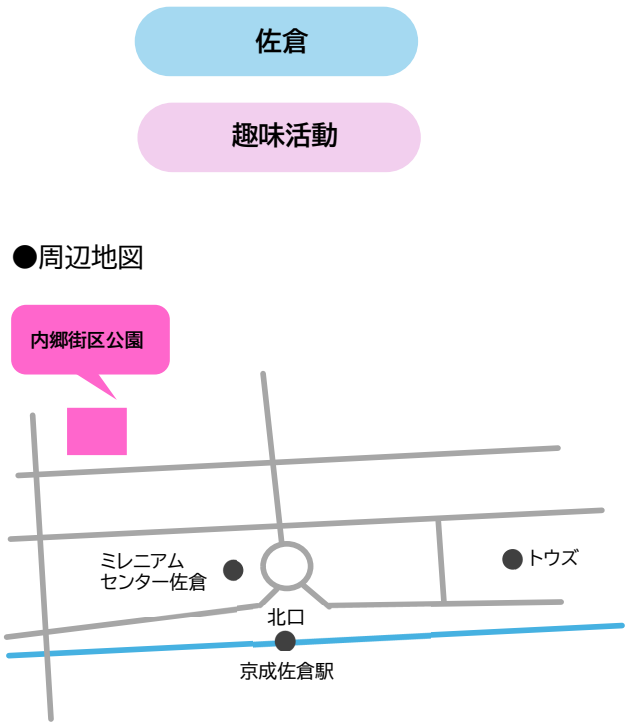
## 150. 堀ノ内公園ラジオ体操の会

活動日	毎日	
活動時間	6:30～	
活動場所	施設名	堀ノ内児童公園
	住所	佐倉市大蛇町 411
	駐車場	無
主な活動内容	ラジオ体操第1・第2。	
対象者	どなたでも	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他	気軽にご参加を。	



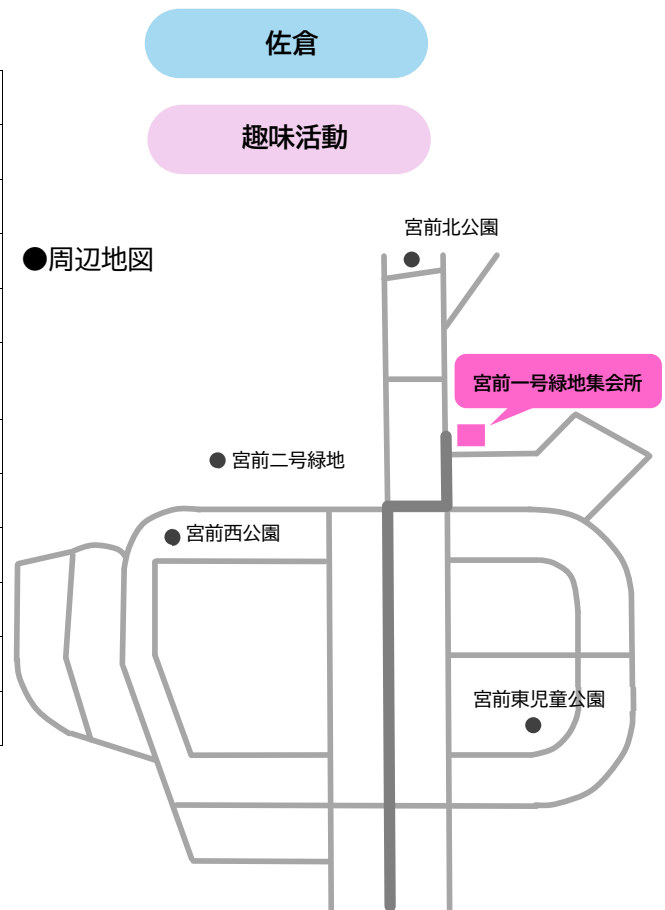
## 151. 宮前3丁目グランドゴルフ同好会

活動日	火・金曜日	
活動時間	9:00～11:00	
活動場所	施設名	内郷児童公園
	住所	佐倉市宮前3-18
	駐車場	無
主な活動内容	地域住民限定のグランドゴルフ	
対象者	地域住民の方限定	
参加費	1,000円/年	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		



## 152. 宮前うたの会

活動日	毎月第4木曜日	
活動時間	14:00～	
活動場所	施設名	宮前一号緑地集会所
	住所	佐倉市宮前2-13
	駐車場	無
主な活動内容	アコーディオンの伴奏で懐かしい童謡、青春歌謡などを一緒に歌う。	
対象者		
参加費	300円	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30～17:30
その他		

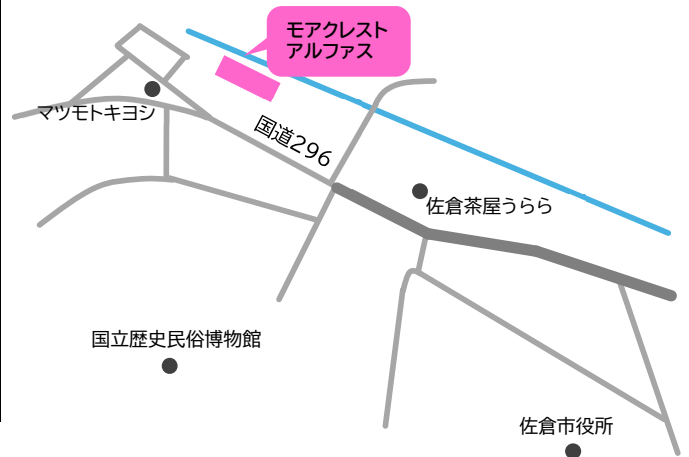




## 155. モアクレ歩こう会

活動日	第2土曜日	
活動時間	9:00~12:00	
活動場所	施設名	モアレスタアルファス エントランス前(集合場所)
	住所	佐倉市田町 121-1
	駐車場	無
主な活動内容	毎月コースを変えて、市内のいろいろな場所を、参加者どうしが話しながら歩く。お気軽にご参加を。	
対象者	マンションの住民および近隣の方(どなたでも可)	
参加費	100円(写真代/1家族)	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他	雨天時は中止	

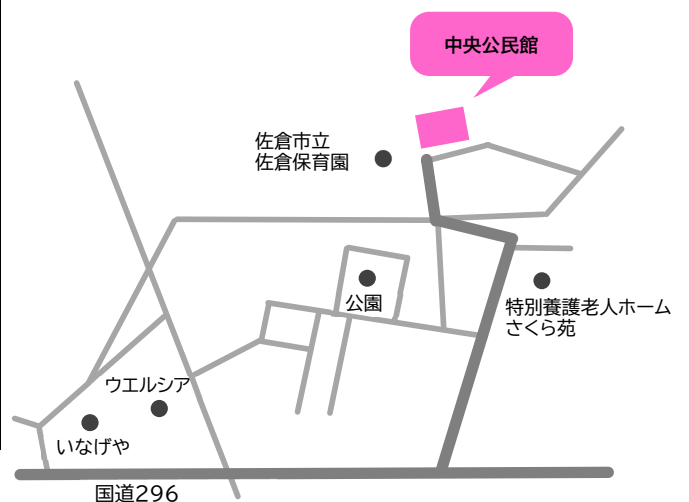
●周辺地図



佐倉

生涯学習

●周辺地図



## 156. ユネスコ英会話

活動日	第1・3・4土曜日	
活動時間	13:00~16:00	
活動場所	施設名	中央公民館
	住所	佐倉市鍋木町 198-3
	駐車場	有
主な活動内容	ネイティブスピーカーを交えての英会話学習	
対象者	どなたでも	
参加費	3,000円/月	
お問い合わせ先	名称	佐倉市高齢者福祉課
	電話番号	043-484-6343
	時間帯	8:30~17:15
その他		

## 157. ラジオ体操の会(千成)

活動日	日曜・雨天を除き毎日	
活動時間	6:30~6:45	
活動場所	施設名	千成1号公園
	住所	佐倉市千成1-5
	駐車場	無
主な活動内容	ラジオ体操第1・第2とレクダンス。	
対象者	お問い合わせください	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他		

●周辺地図



佐倉

体操(運動)

●周辺地図



## 158. ラジオ体操の会(歴博)

活動日	毎日	
活動時間	6:30~6:40	
活動場所	施設名	歴史民俗博物館(建物)入口付近
	住所	佐倉市城内町117
	駐車場	無
主な活動内容	NHKラジオに合わせたラジオ体操第1・第2	
対象者	お問い合わせください	
参加費	無料	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他	雨天も歴博入口のデッキルーフ下で実施。	

## 159. ローズクラブ

活動日	食事会(奇数月)、うたの会(第4金)、ウォーキング(年7回)、グランドゴルフ(第2月)、折り紙(第1・3木、第2・4水)、講演会(年1回)、バスツアー(年1回)	
活動時間	お問い合わせください	
活動場所	施設名	宮前一号緑地集会所 等
	住所	佐倉市宮前 2-13
	駐車場	無(場所による)
主な活動内容	住民の親睦・交流・見守り、食事会、うたの会、ウォーキング、グランドゴルフ、折り紙、講演会、バスツアー、買物・通院等の援助	
対象者	お問い合わせください	
参加費	実費負担	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他		

佐倉

●周辺地図

## 160. 丸山公園 ラジオ体操会

活動日	月・水・金曜日 ※雨天中止	
活動時間	8:30~	
活動場所	施設名	丸山公園
	住所	佐倉市山崎
	駐車場	無
主な活動内容	ラジオ体操第1、第2。	
対象者	どなたでも	
参加費	奇数月に100円(乾電池代として)	
お問い合わせ先	名称	佐倉地域包括支援センター
	電話番号	043-488-5151
	時間帯	8:30~17:30
その他		

佐倉

体操(運動)

●周辺地図

